

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi yang paling baik bagi bayi baru lahir hingga menginjak usia 6 bulan. Beberapa ibu masih ada yang mengalami kesulitan dalam menyusui. Permasalahan mendasar yang sering membuat ibu cemas yaitu ASI ibu tidak keluar sampai hari keempat atau ASI ibu keluar tetapi tidak lancar pada hari kelima sehingga tidak mampu memenuhi kebutuhan bayinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan pengeluaran ASI pada ibu nifas di Puskesmas Jagir Surabaya.

Desain penelitian adalah *analitik observasional*. Populasi seluruh ibu nifas di Puskesmas Jagir Surabaya sebesar 37 orang. Besar sampel 34 orang diambil dengan menggunakan teknik *probability sampling* tipe *simple random sampling*. Variabel independen adalah tingkat kecemasan, variabel dependen adalah pengeluaran ASI. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner dan observasi. Analisa data menggunakan uji *Mann Withney Test* dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan dari 34 responden hampir seluruhnya (82,3%) mengalami tingkat kecemasan ringan, hampir seluruhnya (94,1%) pengeluaran ASI tidak lancar. Hasil uji *Mann Withney Test* didapatkan $p=0,000 < \alpha=0,05$ dengan demikian H_0 ditolak berarti ada hubungan tingkat kecemasan dengan pengeluaran ASI di Puskesmas Jagir Surabaya.

Ibu nifas yang mengalami tingkat kecemasan ringan dapat menyebabkan pengeluaran ASI tidak lancar. Dengan demikian, diharapkan pelayanan kesehatan memberikan penyuluhan agar ibu tidak mengalami kecemasan dan memberikan motivasi untuk terus menyusui bayinya sehingga ASI yang dikeluarkan bisa lancar serta dapat mempermudah dalam proses laktasi.

Kata Kunci : Tingkat kecemasan, pengeluaran ASI